

Aktuelle Empfehlungen zur Beikost und die Umsetzung in der Mütter - und Väterberatung

Eine quantitative Forschungsarbeit

Chantal Conte, Daniela Hofmann

Studiengang Ernährung und Diätetik (Bsc), ERB11

Einleitung

Die Empfehlungen zur Zusammensetzung und Einführung der Beikost werden laufend verändert. Wird der Zeitpunkt der Einführung der Beikost verpasst, kann die Energieversorgung für den Säugling nicht gewährleistet werden.¹ In der Schweiz können junge Familien bei Unsicherheiten bezüglich der Ernährung des gesunden Säuglings Informationen bei den Mütter - und Väterberatungsstellen einholen.

Ziel dieser Arbeit ist es, die sich ständig ändernden Empfehlungen der Fachgremien mit den Empfehlungen der Mütter - und Väterberatungsstellen der Deutschschweiz zu vergleichen.

In der Literatur sind die Empfehlungen zu Beikost nur begrenzt evidenzbasiert.

Für diese Arbeit wurden die aktuellsten Empfehlungen aus den Jahren 2008 und 2009 von der WHO, der ESPGHAN, der SGP, sowie der SGE verwendet.^{1, 2, 3, 4} Sie stellen eine gute Mischung für die Empfehlungen zur Einführung der Beikost in der Schweiz dar.

Methode

Mit Hilfe eines neuentworfenen, standardisierten Fragebogens wurden die Mütter- und Väterberatungsstellen in der Deutschschweiz nach ihren Empfehlungen zur Beikost befragt. Die Umfrage wurde mit dem Online-Umfrage-Programm „Survey Monkey“ erstellt. Bei jeder Fragen konnten zusätzliche Bemerkungen gemacht werden. Danach wurden die Antworten des Fragebogens mittels Microsoft Excel ausgewertet und mit den Empfehlungen der Fachgremien verglichen.

Ergebnisse

Insgesamt haben 78 Mütter - und Väterberaterinnen den Fragebogen ausgefüllt.

In der Abbildung 1 ist ersichtlich, dass die meisten Empfehlungen der Mütter - und Väterberaterinnen aktuell sind und mit denjenigen der Fachgremien übereinstimmen. Einzig die Antworten zur Frage bezüglich der Einführung von glutenhaltigen Lebensmitteln deckt sich nicht vollständig mit den Empfehlungen der Fachgremien. Der Einführungszeitpunkt der Beikost wird von den Mütter - und Väterberaterinnen, aber auch von den Fachgremien unterschiedlich empfohlen.

Literatur

¹ WHO. (2009). Infant and young child feeding-model chapter for textbooks. *Complementary feeding*. Genf, Schweiz.

² ESPGHAN (2008). Complementary Feeding: A Commentary by the ESPGHAN Committee on Nutrition. *Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition* (46), S. 99-110.

³ Schweizerische Gesellschaft für Pädiatrie. (2009). Empfehlungen für die Säuglingsernährung. *Paediatrica*, 20 (5), S. 13-15.

⁴ SGE. (2012). Ernährung des Säuglings im ersten Lebensjahr. Bern, Schweiz.

Stimmen die Empfehlungen der Mütter- und Väterberaterinnen mit denjenigen der Fachgremien überein?

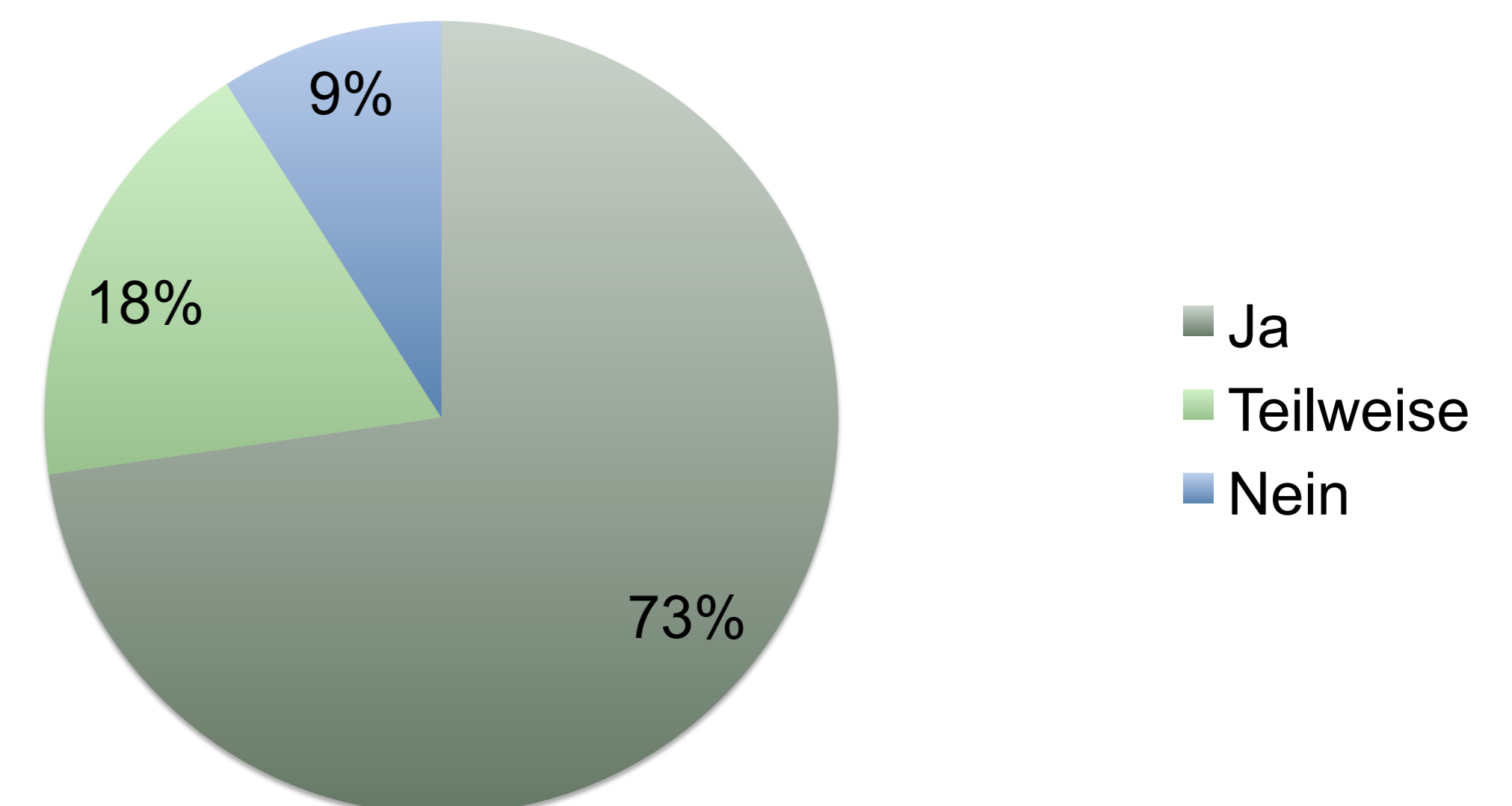


Abbildung 1: Empfehlungen der Mütter- und Väterberaterinnen im Vergleich mit den Fachgremien

Diskussion

58.2 Prozent der Mütter- und Väterberatungspersonen sprechen sich für eine frühe Einführung von glutenhaltigen Lebensmitteln ab 5 Monaten aus. ESPGHAN, SGP und SGE empfehlen ab 4 Monaten.^{2, 3, 4} Aus den Bemerkungen ist nicht ersichtlich, weshalb ein Unterschied besteht. Möglicherweise spielen ältere Empfehlungen der Fachgremien hier eine Rolle. So empfahl die SGP im Jahr 2008 noch eine Einführung von glutenhaltigen Lebensmitteln frühestens ab dem 6. Monat in kleinen Mengen.

Einen weiteren Diskussionspunkt ergibt sich aus den unterschiedlichen Empfehlungen zur Einführung der Beikost. Hier spielten möglicherweise kulturelle, finanzielle und physiologische Unterschiede eine Rolle.

Schlussfolgerung

Durch die Ergebnisse dieser Arbeit wurde deutlich, dass die Mütter - und Väterberaterinnen kompetente Fachpersonen bezüglich der Beratung zum Thema Beikost sind. Bei speziellen Ernährungsformen wie der vegetarischen oder veganen Ernährung, sind die Mütter - und Väterberaterinnen auf die Unterstützung der Ernährungsberatung, oder der Pädiatrie angewiesen.

Es ist anzustreben, dass die Fachgremien ihre Empfehlungen klar und verständlich formulieren, Einführungszeitpunkte präzise benennen und so eine gute Unterstützung für Fachpersonen und Eltern bieten können.